

RETTUNGS DIENST

RETTUNGSDIENST

14 Belastungen im Berufsalltag – Ein Plädoyer für die persönliche Robustheit

Schichtarbeit, ungünstige Witterungsbedingungen und Zeit- sowie Erfolgsdruck sind kennzeichnend für die Belastungen des Berufsalltags im Rettungsdienst. Vor diesem Hintergrund muss dafür Sorge getragen werden, dass das wichtigste „Kapital“ des Rettungsdienstes, nämlich Einsatzbereitschaft und Einsetzbarkeit des RD-Personals, erhalten und vermehrt wird.

A. Michalsen

18 Homepages im Rettungsdienst: Arbeitskreis Notfallmedizin und Rettungswesen: Lernprogramm Notfallmedizin

O. Emmeler

22 Vorbeugen ist besser als heilen: Wie man Wirbelsäulenschäden vermeiden kann

Im Rettungsdienst und im Krankentransport ist die Wirbelsäule erhöhten Belastungen ausgesetzt. Wir geben Tipps, wie man Fehlbeanspruchungen ausschalten und die Wirbelsäule möglichst lange gesund erhalten kann.

R. Gorreri

25 Wer bezahlt für Fehlfahrten? Krankenkassen und Rettungsdienste weiterhin uneins

N. Wunder

Titelbild: Problemfeld Heben und Tragen im Rettungsdienst

RETTUNGSDIENST

26 Schutz vor Infektionskrankheiten im Rettungsdienst

Infektionskrankheiten wie Hepatitis, HIV oder Tuberkulose werden von den RD-Mitarbeitern besonders gefürchtet. Schutz bietet hier nur die konsequente Einhaltung der bestehenden Hygienevorschriften und Sicherheitsregeln.

V. Dau

30 Essen nach Maß: Aktiv und leistungsfähig durch richtige Ernährung

Rund 37% der bundesdeutschen Bevölkerung gelten als übergewichtig. Auch zahlreiche Mitarbeiter der Rettungsdienste kämpfen tagtäglich mit ihren Pfunden. Vor dem Hintergrund unseres Themenschwerpunktes „Gesund bleiben im RD“ geben wir Tipps zur richtigen Ernährung und zur Ermittlung des persönlichen „Body-Mass-Index“.

M. Hofmann

32 Das kleine 1x1 der Bewerbung: Von der Stellensuche zum Vorstellungsgespräch

J. v. Bashuisen, Ch. Lippay

FORTBILDUNG

38 „Die Seuche des Jahrhunderts“: Stress und Stressmanagement im Berufsalltag



Gereiztheit, Hektik, Nervosität: Jeder zweite Deutsche klagt mindestens einmal pro Woche über die Folgeerscheinungen von Stress. Nicht wenige Zeitgenossen sind ständig müde oder fühlen sich niedergeschlagen und erschöpft. Wie man dem Stress erfolgreich begegnen kann, zeigt unser Beitrag.

H. Seidlitz

42 Akute Rhythmusstörungen: Fallbeispiel 2



Nachdem im ersten Teil unserer Serie eine akute koronare Ischämie exemplarisch dargestellt wurde, geht es in dieser Ausgabe um eine Rhythmusstörung, die mit einer akuten Herzinsuffizienz verbunden ist.

P. Rupp, E.F.J. Höcherl

45 Fentanyl bei akuten kardialen Thoraxschmerzen? Eine Literaturübersicht

R. Hoke

